



DISEÑO DEL PLAN DE FORMACION PRENATAL

En los criterios globales del **Manual de Acreditación para Centros de Salud IHAN-España, 2014**, se indica que, el paso 3 es *“Informar a todas las mujeres embarazadas y a sus familias de los beneficios de la lactancia materna y la forma de ponerla en práctica”*,

Contenidos

En la aplicación los estándares del Manual de Acreditación, el presente plan contempla los siguientes contenidos a desarrollar en la Formación Prenatal que se imparte en el CS.:

Todas las mujeres embarazadas recibirán, antes de la semana 32 de gestación, información actualizada y clara sobre los beneficios que aporta el amamantamiento y el manejo del mismo, independientemente de sus planes para alimentar al bebé que no serán preguntados en ningún momento de la formación prenatal.

Esta información se ofrecerá tanto de forma individual como grupal y se reforzará mediante folletos diseñados para incluir información acerca de estos contenidos. Estos folletos estarán libres de publicidad de sucedáneos de leche materna, biberones, tetinas o chupetes.

Ni en la información grupal, ni en la individual, ni en el material escrito que se entrega a cada futura madre, se informara sobre la preparación de biberones de sucedáneos de leche materna. En aquellas mujeres en las que esté contraindicada la lactancia o que habiendo recibido información adecuada no deseen amamantar se dará información adecuada y completa sobre este tema en sesión individual aparte y reforzada mediante folleto.

Las gestantes recibirán no solo información completa sobre los beneficios que la lactancia va a aportar a su salud y a la de sus criaturas, sino también de los riesgos y costes que suponen para ambos la alimentación con sucedáneos.

Las gestantes aprenderán durante el embarazo cómo pueden favorecer el inicio y establecimiento de una feliz lactancia, la importancia para ello del contacto precoz piel con piel inmediato tras el parto; la importancia de la puesta precoz al pecho en el mismo paritorio; la importancia de la alimentación a demanda y cómo reconocer las señales de hambre. El por qué evitar el uso de tetinas o chupetes durante el establecimiento de lactancia; como favorecer un buen agarre al pecho, del bebé; los signos de una adecuada transferencia de leche y qué hacer si esto no ocurre. Recibiendo información anticipada de cómo detectar y resolver los problemas más frecuentes de lactancia, sobre qué esperar que ocurra, y qué hacer cuando eso ocurra, con lo que la probabilidad de éxito en el amamantamiento aumentará.

Las gestantes recibirán información precisa, sobre la importancia de la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento, la importancia de la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida y la importancia de la cohabitación madre-hijo los primeros meses,



para favorecer los anteriores objetivos. Importancia del colecho e información sobre las tomas nocturnas y el sueño del bebé.

Las gestantes recibirán información sobre la ayuda disponible para la lactancia.

Formación en Lactancia materna a las mujeres que no acuden a Formación Prenatal

El presente Plan prevé cómo se facilitará el acceso a la formación sobre lactancia materna a las mujeres que no acuden a la Formación Prenatal. Captación y como dar la información se describen en el detalla en el documento “e2_captacion_embarazadas”.

Se ofertará a todas las embarazadas la asistencia al taller de lactancia, al menos una vez durante la gestación, con el fin conocer directamente la realidad de la lactancia y recibir información madres lactantes y grupos de apoyo.

PROGRAMACION

En el actual protocolo de **Atención al Embarazo, Parto y Puerperio** en nuestro Centro de Salud (CS), la matrona recibe a la futura madre entre las 6-8 semanas de amenorrea, bien derivada por su médico de familia, bien por iniciativa propia. De forma habitual, se realizan 4 actos asistenciales individuales por la matrona y prácticamente el doble de sesiones grupales de educación prenatal.

La información relativa al contenido del presente plan, no será ofrecida a las mujeres en sesiones exclusivas, sino compartida con otra información tales como cambios en el embarazo, la estrategia del parto natural y su papel protagonista en el parto y las opciones de elección de las técnicas de control del dolor, entre otras. Tampoco será en sesión única sino que la información y formación en lactancia materna será tratada como materia transversal en todas las visita de Formación Prenatal. Se ofrecerá la información sobre lactancia, a lo largo de los diversos contactos antenatales, tanto individuales como grupales, con el fin de procurar la aceptación del amamantamiento como forma natural de alimentación del niño, para asegurar una mejor retención de la información por parte de las futuras madres. Tampoco será a cargo de un profesional único (la matrona), porque alguna de las sesiones, parcialmente o en su totalidad, será a cargo del pediatra.

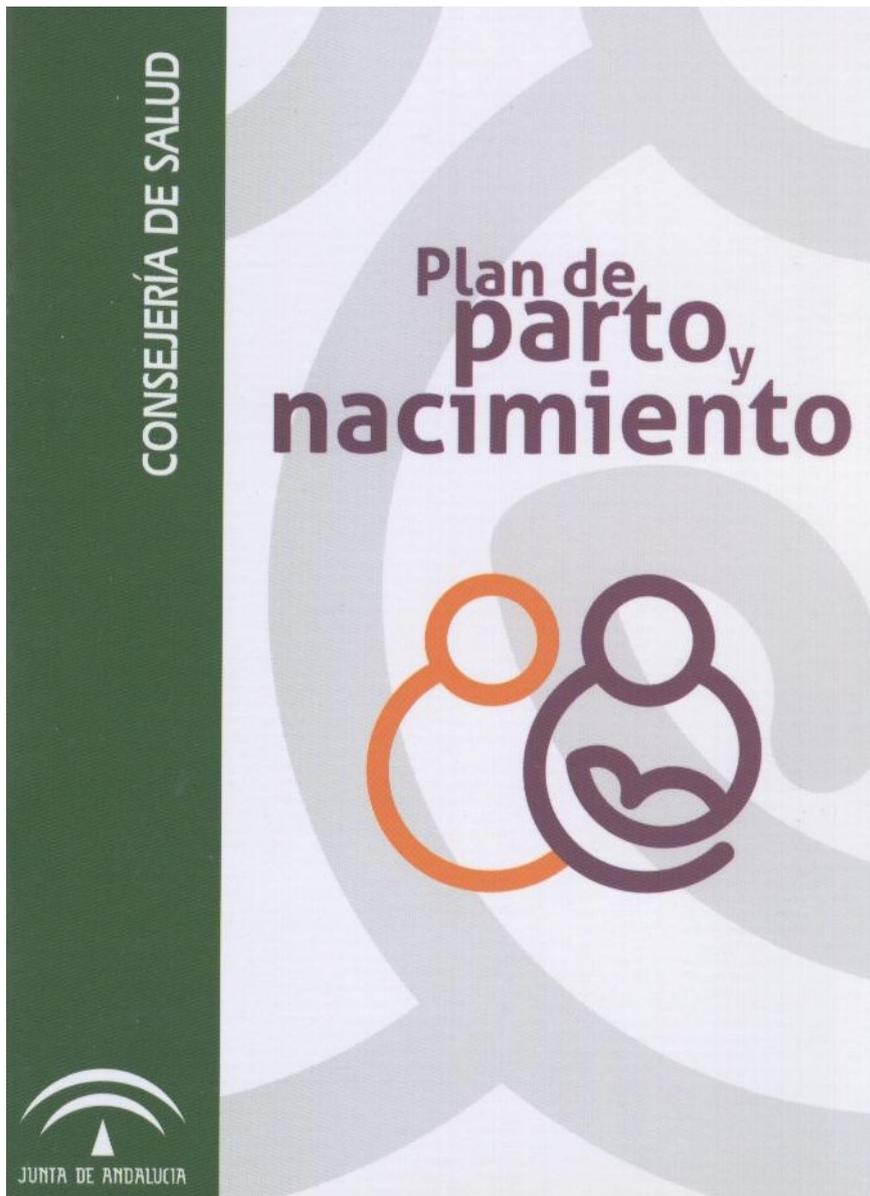
Los contenidos del presente plan, se refieran o no a lactancia materna directamente, serán tratados de igual forma para todas las mujeres, aun a las mujeres que (sin que se les haya preguntado) hayan mostrado su intención de alimentar con fórmula. De hecho contenidos como los relativos al plan de parto, el contacto piel con piel, el dormir en la misma habitación y la alimentación a demanda deben ser discutidos con todas las mujeres, independientemente del modo esperado de alimentación.

Los documentos escritos que se harán llegar o se ofertaran a la futura madre son los siguientes:

- Folleto divulgativo de la Normativa de Lactancia del Centro de Salud de Arcos.
- Plan de Parto y Nacimiento.
- Disfruta de la lactancia materna.
- Guía para las madres que amamantan.



Plan de Parto y Nacimiento, Sistema Sanitario Público de Andalucía, Consejería de Salud, 2009 que incluye los siguientes contenidos obligatorios del presente plan, la importancia del contacto piel con piel inmediato tras el parto, y del inicio inmediato de la lactancia; separación de la madre, cohabitación madre-recién nacido, la importancia de la lactancia materna para la madre y el hijo.



Disfruta de la lactancia materna, Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, 2011. Recomendaciones para la lactancia materna. Folleto que trata la importancia de la lactancia materna para la madre y el hijo, la importancia de la puesta precoz al pecho, la importancia de la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento, como favorecer un buen agarre al pecho, del bebé, La importancia de evitar tetinas, chupetes y pezoneras durante el establecimiento de



lactancia; grupos de apoyo a la lactancia en Andalucía y principales referencias nacionales e internacionales.



En la formación de las gestantes se informará verbalmente de la existencia de la **Normativa de Lactancia** para que conozcan el estándar de cuidados que van a recibir. Los aspectos esenciales de la *Normativa* estarán en cartel expuesto en la sala de educación maternal, entre otros, y en folleto a disposición de las futuras madres tanto en la sala de Formación Prenatal como en la consulta de la matrona, la de los pediatras y vacunas. En ambos se indicará claramente donde se puede obtener una copia completa de la *Normativa de Lactancia del Centro de Salud de Arcos*.

A todas las futuras mamás se les hará entrega de copia en papel y/o electrónica de la **Guía para las madres que amamantan**. Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre lactancia materna. Guía para las madres que amamantan. Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad. Servicio de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País Vasco OSTEBA; 2017. Guías de Práctica Clínica en el SNS.



Cronograma

Siguiendo las indicaciones del **Manual de Acreditación para Centros de Salud IHAN-España, 2014**, el presente plan especifica con detalle, la programación prevista para la formación de las mujeres embarazadas a lo largo de las visitas al CS mediante el siguiente **calendario** que asigna los temas a las diversas visitas que la mujer embarazada realiza en el centro de salud.

Primera visita matrona 6-8 semana de gestación. En esta sesión, entre otros contenidos del *Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio*, se tratarán los siguientes contenidos



específicos de este plan: Como funciona la lactancia. Lactancia materna. Beneficios para el niño. Beneficios para la madre.

Primera visita grupal (12-14 semanas de embarazo): mensual el primer viernes de cada mes de 10 – 12. En esta sesión, entre otros contenidos del *Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio*, se tratarán los siguientes contenidos específicos de este plan: Las mujeres deben recibir información completa sobre los beneficios que la lactancia va a aportar a su salud y a la de sus criaturas y los riesgos y costes que suponen para ambos la alimentación con sucedáneos. Esta información será precisa y explícita incluyendo tanto aspectos de salud física como los beneficios emocionales y sobre el establecimiento del vínculo.

Cómo funciona, la importancia de la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento y durante los primeros 6 meses, por qué no dar otros alimentos.

Segunda visita matrona entre 16 – 18 semanas de gestación: En esta sesión, entre otros contenidos del *Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio*, se tratarán los siguientes contenidos específicos de este plan: Manejo de la lactancia.

Tercera visita matrona a las 24 semanas: En esta sesión, entre otros contenidos del *Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio*, se tratarán los siguientes contenidos específicos de este plan: la importancia de la lactancia a demanda. Como saber si la lactancia funciona: (para asegurar un agarre adecuado y la toma de cantidad suficiente de leche). Se le ofertará la asistencia a talleres de lactancia.

Sesiones grupales semanales: martes de 10 -12.

Primera: En esta sesión, entre otros contenidos del *Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio*, se tratarán los siguientes contenidos específicos de este plan: Parto Normal: Elección de acompañante. Planes de parto. El dolor puede manejarse por medios no farmacológicos. Durante el parto se puede andar, comer y beber. Prácticas no necesarias, de rutina: enema, episiotomía, rasurado del periné. Se entrega soporte escrito de estos contenidos: Plan de parto y nacimiento.

Segunda: Importancia del contacto piel con piel de forma precoz: (mantiene al niño caliente y tranquilo, fortalece el vínculo, favorece el amamantamiento). Importancia de la primera toma en la primera hora. Cohabitación / contacto estrecho y crianza cercana: (para la lactancia y la disminución de riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante). Cómo funciona, la importancia de la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento y durante los primeros 6 meses, por qué no dar otros alimentos. La importancia de la lactancia a demanda. Se entrega el folleto “disfruta de la lactancia”. Esta sesión podría impartirse de forma parcial por los pediatras.

Tercera: En esta sesión, entre otros contenidos del *Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio*, se tratarán los siguientes contenidos específicos de este plan: Lactancia materna. Beneficios para el niño. Reduce el riesgo de gastroenteritis, diarrea, infecciones urinarias, respiratorias, así como otitis, obesidad y diabetes. Disminuye el riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante y de leucemia infantil; el por qué evitar el uso de tetinas o chupetes durante el establecimiento de lactancia; como favorecer un buen agarre al pecho, del bebé; los signos



de una adecuada transferencia de leche y qué hacer si esto no ocurre. Extracción manual de leche. Beneficios para la madre. Disminuye el riesgo de cáncer de mama y ovario y de osteoporosis.

Cuarta y siguientes. En las sucesivas sesiones, y entre otros contenidos del Proceso Embarazo, Parto y Puerperio, se ampliarán y revisarán los contenidos específicos de este plan, tanto para propiciar la aceptación del amamantamiento como la forma natural de alimentación del niño, como para asegurar una mejor retención de la información por parte de las gestantes.

Como anteriormente se mencionó, una de las sesiones grupales consistirá en asistencia a Taller de Lactancia.

Las embarazadas deben al menos recibir información acerca de los grupos de apoyo locales y como ponerse en contacto con ellos a la salida de la maternidad, así como el horario del taller de lactancia del centro.

LISTADO DE TEMAS SOBRE LOS QUE TODA MUJER GESTANTE DEBE HABER SIDO INFORMADA ANTES DE LA SEMANA 32 DE GESTACIÓN.

Parto Normal: Elección de acompañante. Planes de parto. El dolor puede manejarse por medios no farmacológicos. Durante el parto se puede andar, comer y beber. Prácticas no necesarias, de rutina: enema, episiotomía, rasurado del periné. El soporte escrito de estos contenidos será el folleto **Plan de parto y nacimiento**.

Importancia del contacto **piel con piel** de forma precoz: (mantiene al niño caliente y tranquilo, fortalece el vínculo, favorece el amamantamiento). Importancia de la **primera toma** en la primera hora. El soporte escrito de estos contenidos será también el folleto **Plan de parto y nacimiento**.

Cohabitación / contacto estrecho y crianza cercana: (para la lactancia y la disminución de riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante).

Lactancia materna. Beneficios para el niño. Reduce el riesgo de gastroenteritis, diarrea, infecciones urinarias, respiratorias, así como otitis, obesidad y diabetes. Disminuye el riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante y de leucemia infantil.

Lactancia materna. Beneficios para la madre. Disminuye el riesgo de cáncer de mama y ovario y de osteoporosis.

Cómo funciona, la importancia de la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento y durante los primeros 6 meses, por qué no dar otros alimentos.

La Importancia de la lactancia a demanda.

Como saber si la lactancia funciona: (para asegurar un agarre adecuado y la toma de cantidad suficiente de leche).

Extracción manual de leche.

Por qué evitar tetinas, chupetes, pezoneras y suplementos si no son necesarios: (pueden interferir con la lactancia materna). A veces puede ser necesario (debe indicarlo el médico).



Lactancia artificial: como preparar los biberones (esta información sólo se ofrecerá a aquellas madres en las que la lactancia esté contraindicada).

Sistemas de control

El presente plan incluye mecanismos capaces de acreditar que las mujeres embarazadas reciben individualmente información de los profesionales del centro sobre lactancia materna, la existencia de un taller de lactancia al que se les anima a participar e información escrita de los grupos de apoyo, tanto cercanos como a nivel nacional. Igualmente mecanismos capaces de acreditar que las madres han recibido información acerca de contacto piel con piel inmediato, lactancia a demanda, riesgos de los suplementos en los primeros 6 meses y como favorecer un buen agarre al pecho tras el nacimiento.

Dicho sistema de control que permitirá la evaluación posterior de las medidas emprendidas para asegurar a todas las mujeres el acceso a todos los contenidos, se describe en el documento “**e3_sistema_control**”.

Reajuste de Agendas de la matrona

El plan para asegurar que la matrona podrá reajustar agendas o tiempos para incluir los contenidos en la formación prenatal, se detalla en el documento “**e5_agendas_matronas**”.